
تعرَف على جسمك
حياة جديدة
CHIHAB Kids



# حَياةٌ جَديدَةٌ


مشروع الكتاب : آنس بوكس.

الرّسوم : إيليونورا بارسوتي.

ترجمة : عبد الفتاح شني - مراجعة : د. علي عالية




CHIHAB *Kids*



نَشْأَةُ الْبَذْرَةِ
تَطيرُ الْحَشَراتُ حَوْلَ الْأَزْهارِ بَحْثًا عَلى الرَّحيقِ فَتَنْقُلُ حَبّاتِ الطَّلْعِ مِمّا يُساعِدُ النَّباتاتِ عَلى التَّكاثُرِ.
2
تَنْبُتُ الْبَذْرَةُ في ظُروفٍ مُلائِمَةٍ.
يَنْمو جِذْرٌ صَغيرٌ في الْأَسْفَلِ.
النَّبْتَةُ الَّتي تَخْرُجُ مِنَ الْأَرْضِ تَبْحَثُ عَنْ ضَوْءِ الشَّمْسِ.


3
عِنْدَما تَحُلُّ حَبَّةُ الطَّلْعِ في الْبُذَيْرَةِ الْأُنْثَوِيَّةِ تَقومُ مُباشَرَةً بِإِلْقاحِها أَوْ « إِخْصابِها ». بَعْدَ ذَلِكَ تَنْمو الْبِذْرَةُ وَ تَتَحَوَّلُ إِلى ثَمَرَةٍ يوجَدُ بِداخِلِها حَبّاتٌ صَغيرَةٌ. عِنْدَما تَنْضُجُ الثَّمَرَةُ تَنْتَشِرُ تِلْكَ الْحَبّاتُ لِتَخْلُقَ نَبْتَةً جَديدَةً.
يَتَشَكَّلُ أَوَّلُ بُرْعُمٍ لِيَظْهَرَ في أَعْلَى النَّبْتَةِ.
يوجَدُ الْجُزْءُ التَّكاثُرِيُّ لِلنَّبْتَةِ في هَذا الْبُرْعُمِ.
تُنْتِجُ الْأَعْضاءُ الذَّكَرِيَّةُ حَبّاتِ الطَّلْعِ الَّتي تَسْتَقْبِلُها الْخَلايا الْأُنْثَوِيَّةُ في الْمَبايِضِ.



# انْفِقاسُ الْبَيْضَةِ

بَعْدَ انْفِقاسِ الْبَيْضَةِ، تَكونُ الْفِراخُ غَيْرَ قادِرَةٍ عَلى الْبَقاءِ بِمُفْرَدِها. إِنَّها بِحاجَةٍ إِلى آبائِها وَ أُمَّهاتِها لأَنَّها غَيْرُ قادِرَةٍ عَلى الطَّيَرانِ أَوْ إِيجادِ الطَّعامِ. يَمْكُثُ صِغارُ الْبومَةِ في الْعُشِّ مُدَّةَ أُسْبوعٍ تَقْريبًا تَحْتَ مُراقَبَةِ الأُمِّ بَيْنَما يَذْهَبُ الأَبُ لِلْبَحْثِ عَنِ الطَّعامِ.

جَميعُ الطُّيورِ وَ الزَّواحِفِ وَ الأَسْماكِ، وَ الضَّفْدَعِياتِ تَبيضُ. الْجُزْءُ الْخارِجِيُّ لِلْبَيْضَةِ صَلْبٌ وَ مَتينٌ يَحْمي الْجَنينَ بِداخِلِهِ. يَتَغَذّى الْجَنينُ أَثْناءَ فَتْرَةِ النُّمُوِّ مِنْ مَخْزونِ الطَّعامِ الَّذي يَحْويهِ مُحُّ الْبَيْضَةِ.

عِنْدَما يُصْبِحُ الْكَتْكوتُ جاهِزًا يَقومُ بِكَسْرِ قِشْرَةِ الْبَيْضَةِ بِمِنْقارِهِ وَ هَكَذا يُغادِرُ الْبَيْضَةَ.


شَرْغوف
بَيْض
لا تَهْتَمُّ الضَّفادِعُ كَثيرًا بِمَصيرِ صِغارِها حَيْثُ تَتْرُكُ عَناقِدَ بَيْضِها في الْمِياهِ الْعَميقَةِ داعِيَةً أَلَّا تَتَعَرَّضَ لَها الْحَيَواناتُ الْأُخْرى الَّتي قَدْ تَأْكُلُها. تَتَحَوَّلُ كُلُّ بَيْضَةٍ إِلَى شُرْغوفٍ يَنْمو شَيْئًا فَشَيْئًا فَيَتَحَوَّلُ ذَيْلُهُ إِلَى سيقانٍ ثُمَّ تَتَكَوَّنُ الرِّئَتانِ لِيُصْبِحَ فيما بَعْدُ ضِفْدَعَةً.
ضِفْدَعَة
5
يولَدُ صِغارُ الْبِطْريقِ الإِمْبِراطورِيِّ في إِحْدى أَبْرَدِ مَناطِقِ الْعالَمِ. يَقومُ الْأَبُ بِحَضانَةِ الْبَيْضِ وَ حِمايَتِهِ بِوَضْعِهِ فَوْقَ قَدَمَيْهِ إِلَى أَنْ تَفْقِسَ. أَثْناءَ هَذِهِ الْفَتْرَةِ تَذْهَبُ الْأُمُّ إِلَى الْبَحْرِ لِصَيْدِ الْأَسْماكِ وَ جَلْبِها لِصَغيرِها لِتَغْذِيَتِهِ.


الثَّدْيِيّاتُ
أُنْثى خُلْدِ الْماءِ هِيَ إِحْدى الثَّدْيِيّاتِ النّادِرَةِ الَّتي تَبيضُ. بَعْدَ انْفِقاسِ بَيْضِها يَزْحَفُ الصِّغارُ نَحْوَ ثَدْيِ الْأُمِّ الْمَمْلوءِ بِالْحَليبِ لِيَرْضَعوا.
تَقومُ الْأُمُّ الْكَنْغَرُ بِوَضْعِ صَغيرِها داخِلَ جَيْبٍ مُريحٍ لِلْغايَةِ في الْجِهَةِ الْأَمامِيَّةِ مِنْ بَطْنِها لِتَنْقُلَهُ مَعَها أَيْنَما تَذْهَبُ. لَنْ يُغادِرَ الصَّغيرُ مَكانَهُ إِلاّ بَعْدَ وِلادَةِ أَخيهِ الْأَصْغَرِ.
6


7
الْأَسْماكُ لا تَعيشُ بِمُفْرَدِها في الْماءِ، بَلْ يوجَدُ مَعَها أَيْضًا بَعْضُ الثَّدْيِيّاتِ الْبَحْرِيَّةِ مِثْلَ الْحيتانِ الضَّخْمَةِ، وَ الْأورْكا، وَ الدُّلْفينِ. أُنْثى هَذِهِ الْأَنْواعِ مِنَ الْحَيَواناتِ الْبَحْرِيَّةِ تُرْضِعُ صِغارَها لِفَتْرَةٍ طَويلَةٍ. وَ بَعْضُ هَذِهِ الْأَخيرَةِ يَمْكُثُ في نَفْسِ الْعائِلَةِ حَتّى بَعْدَ أَنْ يَكْبُرَ.
لا تَقْتَصِرُ أُمَّهاتُ الثَّدْيِيّاتِ الصَّغيرَةِ عَلَى الرَّضاعَةِ فَحَسْبُ، بَلْ تُعَلِّمُ صِغارَها أَيْضًا كَيْفَ يَحْصُلونَ عَلَى الطَّعامِ وَ تَجَنُّبِ الْأَخْطارِ. مِثْلُ هَذا التَّبادُلِ يَخْلُقُ رَوابِطَ عاطِفِيَّةً قَوِيَّةً بَيْنَها.






# الْمُؤَنَّث

تَحْتاجُ نَشْأَةُ الْمَوْلودِ الْجَديدِ إلى اجْتِماعِ شَخْصَيْنِ مِنْ جِنْسٍ مُخْتَلِفٍ. أَثْناءَ التَّناسُلِ تَلْتَقي الْخَلِيَّةُ الْمَنَوِيَّةُ الذَّكَرِيَّةُ بِالْبُوَيْضَةِ فَيُوَلِّدُ الْتِحامُ الْخَلِيَّتَيْنِ خَلِيَّةً جَديدَةً تُدْعى الْبَيْضَةَ الْمُخَصَّبَةَ. تُمَثِّلُ هَذِهِ الْخَلِيَّةُ مَصْدَرَ الْحَياةِ الْأَوَّلِ حَيْثُ تَنْتُجُ عَنْها مَلايينُ الْخَلايا الَّتي سَتُشَكِّلُ جِسْمَ الْمَوْلودِ الْجَديدِ.

يَتَلَقّى كُلُّ مَوْلودٍ عِنْدَ نَشْأَتِهِ قِسْطًا مُماثِلاً مِنَ الرَّصيدِ الْوِراثِيِّ لِأَبيهِ وَ أُمِّهِ حَيْثُ تَتَواجَدُ الْخَلايا الْمُخَصَّبَةُ « الْمُلَقَّحَةُ » داخِلَ صِبْغِيّاتِ كِلا الْأَبَوَيْنِ، وَ تَجْعَلُهُ يُشْبِهُ بَعْضَ الشَّيْءِ أُمَّهُ، وَ بَعْضَ الشَّيْءِ أَباهُ لَكِنْ دونَ أَنْ يَكونَ نُسْخَةً مُطابِقَةً لِأَحَدِهِما.


رَحِمٌ
تُوجَدُ الْخَلِيَّةُ الْبَيْضَوِيَّةُ الأُنْثَوِيَّةُ الْمُسَمَّاةُ
بِالْبُوَيْضَةِ في الْمَبايِضِ. عِنْدَما تَنْضُجُ الْبُوَيْضَةُ
تَنْزِلُ عَبْرَ قَناةِ فالوب وَ تُعَشِّشُ وَسَطَ الرَّحِمِ.
تَمْكُثُ الْبُوَيْضَةُ حَوالَي يَوْمَيْنِ داخِلَ الرَّحِمِ.
في هَذِهِ الْفَتْرَةِ يُمْكِنُ إِلْقاحُها « إِخْصابُها »
مِنْ طَرَفِ الْخَلِيَّةِ الْمَنَوِيَّةِ الذَّكَرِيَّةِ
« النُّطْفَة ». إِذا لَمْ يَحْدُثْ ذَلِكَ تُغادِرُ
الْبُوَيْضَةُ مَكانَها عَبْرَ الْمَخْرَجِ الطَّبِيعِيِّ.
9



# الْمُذَكَّرُ

يَتَشابَهُ جِسْمُ الذَّكَرِ وَجِسْمُ الْأُنْثى إِلى سِنٍّ مُعَيَّنٍ، لَكِنْ يَبْرُزُ الاخْتِلافُ عِنْدَ الْبُلوغِ، حَيْثُ تَتَطَوَّرُ الْأَعْضاءُ التَّناسُلِيَّةُ. عِنْدَ الْمَرْأَةِ تَتَطَوَّرُ الْأَعْضاءُ التَّناسُلِيَّةُ داخِلَ الْجِسْمِ. أَمّا عِنْدَ الرَّجُلِ فَيَظْهَرُ الْجِهازُ التَّناسُلِيُّ الَّذي يَتَكَوَّنُ مِنَ الْقَضيبِ وَالْخِصْيَتَيْنِ خارِجَ الْجِسْمِ.

تُنْتِجُ الْغَرائِسُ الذَّكَرِيَّةُ الْمُسَمّاةُ بِالْخَلايا الْمَنَوِيَّةِ « النِّطاف » في الْخِصْيَتَيْنِ. تَمْتازُ بِرَأْسٍ دائِرِيٍّ يَحْوي الْمُوَرِّثاتِ الذَّكَرِيَّةَ، وَبِذَيْلٍ طَويلٍ يَسْمَحُ لَها بِالْحَرَكَةِ وَالتَّنَقُّلِ.


مَثانَةٌ
بروستات
خُصْيَةٌ
قَضيب
11
عِنْدَما تَنْضُجُ الْخَلايا الْمَنَوِيَّةُ تَتَجَمَّعُ
في السّائِلِ الْمَنَوِيِّ داخِلَ الْخُصْيَتَيْنِ.
تُقْذَفُ الْخَلايا الْمَنَوِيَّةُ « النِّطافُ »
أَثْناءَ الْعَلاقَةِ الْجِنْسِيَّةِ بَيْنَ الرَّجُلِ
وَ الْمَرْأَةِ عَنْ طَريقِ الْقَضيبِ حَتّى
تَصِلَ إِلى الْبُوَيْضَةِ وَ تُخَصِّبُها.

# الْحَمْلُ




تَبْدأُ الْبَيْضَةُ الْمُخَصَّبَةُ الَّتي تَحْوي الْخَصائِصَ الْوِراثِيَّةَ لِلطِّفْلِ في التَّكاثُرِ. بَعْدَ شَهْرٍ يُعادِلُ حَجْمُ الْجَنينِ حَجْمَ الْبِذْرَةِ وَ يَتَكَوَّنُ قَلْبُهُ وَ مُخُّهُ الصَّغيرانِ. عِنْدَما يَبْلُغُ شَهْرَيْنِ مِنْ حَياتِهِ داخِلَ الرَّحِمِ تَنْمو ذِراعاهُ وَ ساقاهُ وَ أَعْضاؤُهُ الدّاخِلِيَّةُ، ثُمَّ تَظْهَرُ أَعْضاؤُهُ التَّناسُلِيَّةُ. في الشَّهْرِ الرّابِعِ يَبْدَأُ الْجَنينُ في التَّحَرُّكِ.

عِنْدَما تَصِلُ الْخَلِيَّةُ الْمَنَوِيَّةُ « النُّطْفَة » إلى الْبُوَيْضَةِ تَخْتَرِقُ جِدارَها وَ تَمْكُثُ داخِلَ نَواتِها، فَتَتَشَكَّلُ الْبُوَيْضَةُ الْمُخَصَّبَةُ، وَ الَّتي تَقومُ مُباشَرَةً بِإفْرازِ مادَّةٍ كيمْيائِيَّةٍ تَمْنَعُ دُخولَ الْخَلايا الْمَنَوِيَّةِ الأُخْرى.


13
فِي الشَّهْرِ الْخامِسِ يُمْكِنُ سَماعُ خَفَقانِ قَلْبِ الْجَنينِ، وَ فِي الشَّهْرِ السَّادِسِ يَفْتَحُ عَيْنَيْهِ وَ يَزْدادُ وَزْنُهُ شَيْئًا فَشَيْئًا. بَعْدَ ذَلِكَ تَنْمو جَميعُ أَعْضائِهِ تَدْرِيجِيًّا. يُمْكِنُهُ حينَئِذٍ أَنْ يولَدَ !
شَهْرانِ
3 أَشْهُرٍ
7 أَشْهُرٍ
يَزْدادُ نَشاطُ الْجَنينِ بَيْنَ فَتَراتِ الْيَقَظَةِ وَ فَتَراتِ النَّوْمِ.
9 أَشْهُرٍ
الْبَشَرَةُ مَلْساءُ وَ وَرْدِيَّةُ اللَّوْنِ.
جَميعُ الْأَعْضاءِ بَلَغَتْ نُمُوَّها الْكامِلَ.



## أُمّي حامِلٌ

عِنْدَما تَنْتَظِرُ الْأُمُّ طِفْلاً تَقومُ بِتَحْضيرِ كُلِّ ما سَيَحْتاجُ لَهُ الْمَوْلودُ الْجَديدُ مِنْ ثِيابٍ، وَغِطاءٍ، إلَخ... الثِّيابُ صَغيرَةٌ جِدًّا لَكِنَّها تُناسِبُ الْمَوْلودَ الْجَديدَ الَّذي يَبْلُغُ طولُهُ 50 سَنْتيمِتْرًا وَوَزْنُهُ حوالي 3 كيلوغْرام.

يُمْكِنُكَ مُساعَدَةُ أُمِّكَ الْحامِلِ بِكَيْفِيّاتٍ شَتّى. عِنْدَما يَزْدادُ حَجْمُ بَطْنِها تُصْبِحُ كُلُّ حَرَكَةٍ تَقومُ بِها تَتَطَلَّبُ مِنْها بَذْلَ جُهْدٍ كَبيرٍ ! يُمْكِنُكَ مَثَلاً حَمْلُ بَعْضِ الْأَكْياسِ عِنْدَما تُرافِقُها إلى السّوقِ. هَذا سَوْفَ يُسْعِدُها وَيُخَفِّفُ عَنْها بَعْضَ الْمَتاعِبِ !



أَثْناءَ الْأَسابيعِ الْأولى مِنْ حَياتِهِ يَظَلُّ الْمَوْلودُ الْجَديدُ نائِمًا لِفَتْرَةٍ طَويلَةٍ. مَعَ مُرورِ الْوَقْتِ يُصْبِحُ يَقِظًا أَكْثَرَ وَيَهْتَمُّ بِكُلِّ الْأَشْياءِ الَّتي تُحيطُ بِهِ.
أَثْناءَ الْحَمْلِ يَنْبَغي على الأُمِّ أَلاّ تَتْرُكَ مُمارَسَةَ النَّشاطِ الرِّياضِيِّ، مِثْلَ الرِّياضَةِ الْبَدَنِيَّةِ الَّتي تَسْمَحُ لَها بِالْمُحافَظَةِ عَلَى لِياقَتِها، لَكِنْ يَجِبُ أَنْ يَبْقى هَذا النَّشاطُ خَفيفًا كَيْ لا يُتْعِبَها كَثيرًا.
SPORT


مَجيءُ الْمَوْلودِ الْجَديدِ
لا بُدَّ أَنْ يَكونَ غِذاءُ الْأُمِّ الْحامِلِ غَنِيًّا وَ مُتَنَوِّعًا لِأَنَّ نَفْسَ هٰذِهِ الْأَغْذِيَةِ الَّتي تَتَناوَلُها سَتُغَذّي أَيْضًا الْجَنينَ بِفَضْلِ الْحَبْلِ السُّرِّيِّ الَّذي يَرْبِطُهُما.
16
يَتَغَيَّرُ جِسْمُ الْأُمِّ الْحامِلِ بِشَكْلٍ سَريعٍ حَيْثُ يَزْدادُ حَجْمُ بَطْنِها لِأَنَّهُ يَحْوي أَخًا أَوْ أُخْتًا صَغيرَةً. عِنْدَما تَضَعُ يَدَكَ عَلى بَطْنِ أُمِّكَ الْحامِلِ سَتَشْعُرُ بِحَرَكاتِ الْجَنينِ. إذا كُنْتَ فُضولِيًّا يُمْكِنُكَ أَيْضًا مَعْرِفَةُ إذا كانَ أَخًا صَغيرًا أَوْ أُخْتًا صَغيرَةً.


أَثْناءَ الْحَمْلِ تَذْهَبُ الأُمُّ إِلَى الطَّبِيبِ بِشَكْلٍ مُنْتَظَمٍ لإِجْراءِ فُحوصٍ طِبِّيَّةٍ وَ كُشوفٍ عَنْ طَريقِ مَوْجاتٍ فَوْقَ صَوْتِيَّةٍ تَسْمَحُ لِلطَّبيبِ الْمُعالِجِ أَنْ يُتابِعَ نُمُوَّ الْجَنينِ وَ أَنْ يَعْرِفَ إِذا كانَ هَذا النُّمُوُّ يَتِمُّ بِشَكْلٍ عادِيٍّ في بَطْنِ الأُمِّ.
17
اِبْتِداءً مِنَ الشَّهْرِ الثّالِثِ تَسْمَحُ الصُّوَرُ الَّتي تَلْتَقِطُها شاشَةُ جِهازِ الْكَشْفِ عَنْ طَريقِ الْمَوْجاتِ فَوْقَ الصَّوْتِيَّةِ بِالتَّعَرُّفِ عَلى جِنْسِ الْمَوْلودِ الْجَديدِ.




# التَّوائِمُ

عِنْدما يولَدُ عِدَّةُ أَطْفالٍ مِنْ حَمْلٍ واحِدٍ يُقالُ عَنْهُمْ أَنَّهُمْ تَوائِمُ. هُناكَ نَوْعانِ مِنَ التَّوائِمِ : التَّوْأَمانِ الْحَقيقِيّانِ اللَّذانِ يَنْمُوانِ داخِلَ نَفْسِ الْجَيْبِ في بَطْنِ الْأُمِّ وَ يَكونانِ مُتطابِقَيْنِ، وَ هُناكَ أَيْضًا التَّوْأَمانِ غَيْرُ الْحَقيقِيَّيْنِ اللَّذانِ يَنْمُوانِ داخِلَ جَيْبَيْنِ مُخْتَلِفَيْنِ. في هَذِهِ الْحالَةِ يَكونُ الشَّبَهُ بَيْنَهُما طَفيفًا وَ لا يَشْمُلُ جَميعَ الْخَصائِصِ الْفيزْيولوجِيَّةِ.


19
بُوَيْضَةٌ مُلَقَّحَةٌ
يَكونُ التَّوْأمانِ مُتطابِقَيْنِ في حالَةٍ واحِدَةٍ مِنْ بَيْنِ ثَلاثِ حالاتِ وِلادَةٍ تَوْأَمِيَّةٍ. يُقالُ عَنْها في هذِهِ الْحالَةِ أَنَّها ذاتُ الْأَصْلِ الْواحِدِ. إِنَّهُما مُتَشابِهانِ لِدَرَجَةِ أَنَّهُ يَصْعُبُ التَّمْييزُ بَيْنَ الْواحِدِ وَ الْآخَرِ!
تَحْدُثُ وِلادَةُ التَّوائِمِ الْمُتَطابِقَةِ « ذاتُ الْأَصْلِ الْواحِدِ » عِنْدَما يَتِمُّ إِلْقاحُ « إِخْصابُ » بُوَيْضَةٍ واحِدَةٍ، تَنْقَسِمُ هذِهِ الْبُوَيْضَةُ فيما بَعْدُ إِلى خَلِيَّتَيْنِ مُتَطابِقَتَيْنِ تَمامًا، يَنْمو في كُلِّ واحِدَةٍ مِنْهُما جَنينٌ يَكونُ بِمَثابَةِ نُسْخَةٍ مُطابِقَةٍ لِلْجَنينِ الْآخَرِ.
تَوْأَمانِ حَقيقِيّانِ
يَكونُ التَّوائِمُ ذَوو الْأَصْلِ الْواحِدِ دائِمًا مِنْ نَفْسِ الْجِنْسِ!



## تَوْأَمانِ مُخْتَلِفانِ

الْوِلاداتُ التَّوْأَمِيَّةُ مَوْجودَةٌ بِكَثْرَةٍ عِنْدَ الْحَيَواناتِ، خاصَّةً ذَواتِ الْحَجْمِ الصَّغيرِ. إنَّ الْأُمَّهاتِ تَعْتَني بِصِغارِها لِفَتْرَةٍ قَصيرَةٍ مِنَ الْوَقْتِ، لَكِنَّها تُعامِلُهُمْ بِلُطْفٍ وَ حَنانٍ.

غالِبًا ما يَكونُ التَّوائِمُ عِنْدَ الْوِلادَةِ أَصْغَرَ مِنَ الْمَواليدِ الْجُدُدِ الآخَرينَ، لِذا يَتِمُّ وَزْنُهُمْ بِشَكْلٍ مُنْتَظِمٍ حَتّى يَتِمَّ الاطْمِئْنانُ عَلى صِحَّتِهِمْ.



عِنْدَما تَكونُ الْمَرْأَةُ حامِلاً بِتَوائِمَ يَزْدادُ حَجْمُ بَطْنِها بِشَكْلٍ كَبيرٍ جِدًّا. في حالاتٍ نادِرَةٍ لِلْغايَةِ يُمْكِنُها أَنْ تَحْمِلَ سِتَّةَ أَجِنَّةٍ في آنٍ واحِدٍ.
في مُعْظَمِ الْحالاتِ يَكونُ التَّوْأَمانِ مُجَرَّدَ أَخَوَيْنِ مِنْ نَفْسِ الْحَمْلِ، قَدْ نَشَآ مِنْ نَفْسِ الْبُوَيْضَةِ لَكِنَّهُما مُخْتَلِفانِ حَتّى مِنْ ناحِيَةِ جِنْسَيْهِما. غالِبًا ما يَتَكَوَّنُ التَّوْأَمانِ مِنْ وَلَدٍ وَ بِنْتٍ.
21


الْوِلادَةُ
عُنُقُ الرَّحم
اِبْتِداءً مِنَ الشَّهْرِ السّابِعِ مِنَ الْحَمْلِ، يُغَيِّرُ الْجَنينُ وَضْعِيَّتَهُ داخِلَ الرَّحِمِ حَيْثُ يَقْتَرِبُ رَأْسُهُ مِنْ عُنُقِ الرَّحِمِ حَتّى تَسْهُلَ لَحْظَةُ الْوِلادَةِ.
تَعْرِفُ الْأُمُّ أَنَّ لَحْظَةَ الْوِلادَةِ قَدِ اقْتَرَبَتْ عِنْدَما تَشْعُرُ بِتَقَلُّصاتٍ حادَّةٍ وَ مُتَقارِبَةٍ.
22


23
بِمُجَرَّدِ وِلَادَةِ الْمَوْلُودِ الْجَدِيدِ وَ خُرُوجِهِ مِنْ بَطْنِ أُمِّهِ يَسْتَطِيعُ التَّنَفُّسَ بِمُفْرَدِهِ، وَ الْبُكَاءَ، وَ الصُّرَاخَ. فِي لَحَظَاتٍ قَلِيلَةٍ تَمْتَلِئُ رِئَتَاهُ بِالْهَوَاءِ وَ يُقْطَعُ الْحَبْلُ السُّرِّيُّ بَعْدَ أَنْ فَقَدَ وَظِيفَتَهُ الْأَصْلِيَّةَ، لَكِنَّهُ سَيُشْفَى بَعْدَ مُرُورِ بِضْعَةِ أَيَّامٍ وَ يَتَحَوَّلُ إِلَى سُرَّةٍ.
يوضَعُ سِوارُ الْوِلادَةِ حَوْلَ مِعْصَمِ الْمَوْلودِ الْجَديدِ. إِنَّهُ يَحْوي نَفْسَ الْمَعْلوماتِ كَالسِّوارِ الَّذي يوضَعُ حَوْلَ ذِراعِ الْأُمِّ. تَسْمَحُ هَذِهِ الطَّريقَةُ بِالتَّعَرُّفِ عَلى الْمَوْلودِ الْجَديدِ وَ تَفادي الْخَطَأِ وَ الْخَلْطِ بَيْنَ الْمَواليدِ الْجَديدَةِ.



## الرِّضاعَةُ

الْحليبُ مَشْروبٌ نَتناوَلُهُ طِوالَ حياتِنا. إِنَّهُ مُفيدٌ لِلْعَظْمِ لِأَنَّهُ يَنْقُلُ لِجِسْمِنا الْبروتيناتِ، وَ الْفوسْفورَ، وَ الْفيتاميناتِ، وَ الْكالْسيوم.

حَليبُ الْأُمِّ غِذاءٌ مِثالِيٌّ بِالنِّسْبَةِ لِلرَّضيعِ لِأَنَّهُ يُوَفِّرُ الْمَوادَّ الضَّرورِيَّةَ لِنُمُوِّهِ. تَنْقُلُ الْأُمُّ إِلى طِفْلِها عَنْ طَريقِ الرَّضاعَةِ أَجْسامَها الْمُضادَّةَ الَّتي تَحْميهِ مِنْ أَمْراضٍ عَديدَةٍ.



ثَدْيٌ
غُدَدٌ ثَدْيِيَّةٌ
حَلَمَةٌ
أَثْناءَ الْحَمْلِ يَزْدادُ حَجْمُ ثَدْيِ الْأُمِّ بِسَبَبِ هُرْموناتٍ خاصَّةٍ تُنَمّي الْغُدَدَ الثَّدْيِيَّةَ. بِهٰذِهِ الطَّريقَةِ يَتِمُّ تَحْضيرُ جِسْمِ الْأُمِّ لِلرَّضاعَةِ. بِمُجَرَّدِ ما يَشْرَعُ الْمَوْلودُ الْجَديدُ في رِضاعَةِ أُمِّهِ تَزْدادُ كَمِّيَّةُ الْحَليبِ بِفَضْلِ عَمَلِيَّةِ الِامْتِصاصِ الَّتي يَقومُ بِها الرَّضيعُ.
إِذا كانَتْ لَدَيْكُمْ حَساسِيَّةٌ لِحَليبِ الْبَقَرِ يُمْكِنُكُمْ تَناوُلُ حَليبِ الصّوجا.
25
يَتَغَذّى جَميعُ صِغارِ الثَّدْيِيّاتِ مِنْ حَليبِ الْأُمِّ، وَ إِضافَةً إِلى هٰذِهِ التَّغْذِيَةِ الْغَنِيَّةِ فَهُمْ يُحاطونَ بِعِنايَةٍ وَ اهْتِمامٍ كَبيرَيْنِ مِنْ طَرَفِ الْأَوْلِياءِ.



# الْعِنايَةُ بِالْمَوْلودِ الْجَديدِ

يَجِدُ الْمَوْلودُ الْجَديدُ نَفْسَهُ مُنْذُ وِلادَتِهِ في مُحيطٍ غَريبٍ يَخْتَلِفُ عَنْ بَطْنِ أُمِّهِ، وَ إذا وُلِدَ قَبْلَ أَوانِهِ يوضَعُ داخِلَ مِحْضَنَةٍ في مَحْمًى مِنَ الْبَرْدِ وَ الْجَراثيمِ.



لا يَسْتَطيعُ الرَّضيعُ التَّحَكُّمَ في بَوْلِهِ أَثْناءَ سَنَواتِهِ الْأولى. لِهَذا تَسْتَعْمِلُ الْأُمُّ الْحَفّاظاتِ الَّتي تَقيهِ مِنَ الْابْتِلالِ لِمُدَّةٍ أَطْوَلَ.



يَجِبُ أَنْ يَكونَ حَمّامُ الْمَوْلودِ الْجَديدِ لَحْظَةً مُمْتِعَةً. لِهٰذا يَنْبَغي أَنْ يَكونَ ماءُ الْحَمّامِ بِدَرَجَةِ حَرارَةٍ مُلائِمَةٍ.

الْمَوْلودُ الْجَديدُ حَسّاسٌ لِمُنَبِّهاتِ الْعالَمِ الْخارِجِيِّ، حَتّى وَ لَوْ كانَ نائِمًا أَوْ مُسْتَريحًا. لِهٰذا تُساعِدُ اللَّطافَةُ في مُعامَلَتِهِ وَ الاهْتِمامُ بِهِ عَلى اسْتِرْخائِهِ وَ تَهْدِئَتِهِ.



# مِنَ الرَّضيعِ إلى الطِّفْلِ

يَتَحلّى الرَّضيعُ مُنْذُ وِلادَتِه بِغَريزَةِ الامْتِصاصِ، بِمَعْنى آخَرَ إنَّهُ يَشْعُرُ بِالْحاجَةِ إلى الرِّضاعَةِ. يَنامُ حَوالي 20 ساعَةً في النَّهارِ وَ يَسْتَيْقِظُ فَقَطْ لِيَتَغَذّى.

بَعْدَ 5 أَوْ 6 أَسابيعَ يَبْتَسِمُ الْمَوْلودُ الْجَديدُ لِأَوَّلِ مَرَّةٍ. يَبْدَأُ حينَئِذٍ بِالْاسْتِجابَةِ لِمُنَبِّهاتِ مُحيطِهِ.

بَعْدَ 6 أَشْهُرٍ يَرْفَعُ رَأْسَهُ وَ يُلاحِظُ كُلَّ ما يَجْري حَوْلَهُ. إنَّهُ يُبْدي اهْتِمامًا بِالْأَشْياءِ وَ الْأَشْخاصِ الَّذينَ يُحيطونَ بِهِ.



يَشْرَعُ الطِّفْلُ في الْحَرَكَةِ
مُسْتَعْمِلًا يَدَيْهِ وَ ساقَيْهِ.
29
الْخُطُواتُ الْأولى غَيْرُ
مُتَزِنَةٍ تَمامًا، لَكِنْ
مَعَ مُرورِ الْأَيّامِ تُصْبِحُ
أَكْثَرَ تَوازُنًا.
ابْتِداءً مِنْ 3 سَنَواتٍ
يَذْهَبُ الطِّفْلُ إلى الرَّوْضَةِ.
إِنَّهُ جاهِزٌ لِتَطْويرِ قُدُراتِهِ الْعَقْلِيَّةِ
الْخاصَّةِ بِالْاِسْتِماعِ وَ التَّفَطُّنِ،
وَ لِلْمُشارَكَةِ في الْأَشْغالِ
وَ النَّشاطاتِ الْيَدَوِيَّةِ.
تَتَطَوَّرُ الْمَعِدَةُ وَ الْأَمْعاءُ
مَعَ نُمُوِّ الطِّفْلِ. ابْتِداءً مِنْ
6 أَشْهُرٍ يَكونُ قادِرًا عَلى
تَناوُلِ أَطْعِمَةٍ شِبْهِ صَلْبَةٍ.



امْتِحانٌ تَقْيِيمِيٌّ
30
كَيْفَ يَتَغَذّى الْكَتْكوتُ وَ هُوَ لا يَزالُ داخِلَ الْبَيْضَةِ ؟
أَثْناءَ مَرْحَلَةِ النُّمُوِّ يَسْتَغِلُّ الْكَتْكوتُ مَخْزونَ الْأَغْذِيَةِ الْمَوْجودَةِ في مُحِّ الْبَيْضَةِ.
في أَيِّ سِنٍّ يَسْتَطيعُ الرَّضيعُ أَنْ يَتَناوَلَ أَطْعِمَةً شِبْهَ صَلْبَةٍ ؟
اِبْتِداءً مِنْ 6 أَشْهُرٍ تَكونُ أَمْعاءُ الرَّضيعِ قادِرَةً عَلى هَضْمِ الْأَطْعِمَةِ شِبْهِ الصُّلْبَةِ.
كَيْفَ تَصِلُ حَبّاتُ الطَّلْعِ إِلى الزَّهْرَةِ ؟
تَنْقُلُها الْحَشَراتُ الطّائِرَةُ.



### هَلْ يُحِبُّ الرَّضيعُ أَنْ يَسْتَحِمَّ ؟

بَعْضُ الرُّضَّعِ يَسْعَدُونَ بِذَلِكَ وَ بَعْضُهُمْ يَبْكُونَ خَوْفًا مِنَ الْماءِ، لَكِنَّ النَّظافَةَ ضَرورِيَّةٌ لِلرَّضيعِ.

### كَمْ مِنَ الوَقْتِ تَسْتَغْرِقُ فَتْرَةُ الْحَمْلِ ؟

مِنَ الْحَمْلِ إلى الْوِلادَةِ تَمُرُّ حَوالي 9 أَشْهُرٍ. هِيَ الْفَتْرَةُ الَّتي يَنْمو فيها الْجَنينُ وَ تُبْعَثُ فيهِ الْحَياةُ.

### كَيْفَ تُسَمَّى الْخَلايا التَّناسُلِيَّةُ ؟

تُسَمَّى الْخَلايا الأُنْثَوِيَّةُ الْبُوَيْضاتِ، أَمَّا الْخَلايا الذَّكَرِيَّةُ فَتُسَمَّى الْخَلايا الْمَنَوِيَّةَ أَوِ النِّطاف.



# الْفِهْرِس